

Gelbe Lupine

Lupinus luteus

Fabaceae · Lupinus

ÜBER DIE PFLANZE

Jährliches, stämmiges Pflanzen mit rötlich gelben Blüten bis zu 1,5 m hoch. Die Blätter sind radiierend von einem Punkt aus wachsende und spitzspitze.

WIRKUNG

Anticholinergische Wirkung durch Alkaloiden

ANWENDUNG

Historisch als Debitterungswasser verwendet; heute als Nahrungsmittel und als Kaffeeersatz.

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Historisch wichtiges Nahrungsmittel im Mittelmeerraum; Debitterungswasser in antiken Zeiten.

ERKENNUNGSMERKMALE

Häutige, haarige Stiele und gelbe Blüten auf Spikes.

WUCHS

jährig

HERKUNFT

Westliches Mittelmeer

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Samen
- Blätter
- Knospen

ZUBEREITUNG

- Gekocht
- Gebrannt

ERNTENZEIT

• Teil: Samen · Monate: [8] · Bedingungen: Reife der Sammelkapseln (grau, Kapseln knappen), trockener Tag für Ernte

SAMMELN

- Monate: [8] · Hinweis: Vor der Nutzung auf Pilzbefall kontrollieren. Die Samen sollten erst kurz vor dem Gebrauch zerkleinert werden. · Bedingungen: Trockene Bedingungen, kein Regen · Pflanzenteil: Samen · Reifezustand: nach Reife
- Monate: [8] · Hinweis: Keine spezifischen Hinweise vorhanden. · Bedingungen: Trockene Bedingungen, kein Regen · Pflanzenteil: Blätter

INHALTSSTOFFE

- Alkaloiden (Sparteine, Lupanine)
- Bitterstoffe (Lupinin)

IN DER KÜCHE

Samen als Kaffeeersatz und Nahrungsmittel

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

mittel

GIFTIGE TEILE

- Samen

VERGIFTUNGSZEICHEN

leichte Magen-Darm-Beschwerden

GEGENANZEIGEN

Vorsicht bei unverarbeiteten Samen und wild wachsenden Lupinen

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Ungeverwertete lupinenbohnen sollten nicht mit Vitamin K-haltigen Lebensmitteln oder -präparaten kombiniert werden. · Pflanze latein: *Lupinus luteus* · Pflanze deutsch: Gelbe Lupine
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Ungeverwertete lupinenbohnen sollten nicht mit Antikoagulanzen wie Fluindion oder Acenocoumarol kombiniert werden. · Pflanze latein: *Lupinus luteus* · Pflanze deutsch: Gelbe Lupine
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Ungeverwertete lupinenbohnen sollten nicht mit anderen alkaloidhaltigen Pflanzen kombiniert werden, die das parasympathetische Nervensystem hemmen. · Pflanze latein: *Lupinus luteus* · Pflanze deutsch: Gelbe Lupine
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Boron und Yellow Lupin sollten vermieden werden, da beide Pflanzen Alkaloidien enthalten können. · Pflanze latein: *Lupinus luteus* · Pflanze deutsch: Gelbe Lupine

QUELLEN

- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Lupinus_luteus · Titel: *Lupinus luteus*
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Lupinus_luteolus · Titel: *Lupinus luteolus*
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Lupinus_luteus · Titel: *Lupinus luteus*
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Lupinus_luteolus · Titel: *Lupinus luteolus*
- Typ: pfaf · Url: <https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lupinus+luteus> · Titel: PFAF — *Lupinus luteus*
- Typ: web · Url: <https://www.sciencedirect.com/topics/pharmacology-toxicology-and-pharmaceutical-science/lupinus-luteus> · Titel: *Lupinus luteus* - an overview | ScienceDirect Topics
- Typ: web · Url: <https://www.frontiersin.org/journals/toxicology/articles/10.3389/ftox.2025.1547535/full> · Titel: Frontiers | Lupin poisoning: a review
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Lupinen> · Titel: Lupinen- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.aok.de/pk/magazin/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/lupinen-so-gesund-ist-der-pflanzliche-eiweisslieferant/> · Titel: Lupinen: So gesund ist der pflanzliche Eiweißlieferant
- Typ: web · Url: <https://www1.wdr.de/wirtschaft/landwirtschaft/lupinen-essen-superfood-eiweiss-giftig-100.html> · Titel: Burger, Kaffee und mehr: Was Lupinen alles können
- Typ: web · Url: <https://www.schwarzenberger.com/de/lupine-gelb-50-g> · Titel: 'Lupinegelb' 50 g von Schwarzenberger - Bodenverbessernde...
- Typ: web · Url: <https://antropocene.it/en/2023/03/16/lupinus-luteus-2/> · Titel: *Lupinus luteus*: Systematics, Etymology, Habitat, Cultivation ..
- Typ: web · Url: <https://www.botanikks.com/plants/lupinus-luteus/587916/1> · Titel: *Lupinus luteus*- Yellow Lupin | Plants, Gardening... | Botanikks
- Typ: web · Url: <https://heilkraeuter.de/lexikon/lupine.htm> · Titel: Lupine
- Typ: web · Url: <https://www.plantsage.eu/plants/lupinus-luteus> · Titel: Yellow Lupin (*Lupinus luteus*) — uses, dosage, safety

- Typ: web · Url: <https://www.webmd.com/vitamins/ai/ingredientmono-1570/lupin> · Titel: Lupin: Overview, Uses, Side Effects, Precautions, Interactions, Dosing and Reviews
- Typ: web · Url: https://www.rxlist.com/yellow_lupin/supplements.htm · Titel: Yellow Lupin: Health Benefits, Side Effects, Uses, Dose & Precautions
- Typ: web · Url: <https://gardenish.co/plants/lupinus-luteus/> · Titel: Yellow Lupin (Lupinusluteus) | Gardenish Plant... | Gardenish
- Typ: web · Url: <https://www.eurofins.com/de-de/lebensmittel/news/analyse-von-chinolizidinalkaloiden-in-lupinen-und-lupinenprodukten/> · Titel: Chinolizidinalkaloide in Lupinen: EU-Monitoring 2025
- Typ: web · Url: <https://scholarzest.com/index.php/ejare/article/view/2602> · Titel: Abiochemical study of lupinusluteus L. under boron...
- Typ: web · Url: <https://www.ages.at/pflanze/biodiversitaet/huelsenfrucht-im-fokus/lupine> · Titel: Hülsenfrucht im Fokus -Lupine- AGES
- Typ: web · Url: <https://guterboden.de/gelbe-lupine> · Titel: Gelbe Lupine- So lässt sich das Staudengewächs verarbeiten
- Typ: web · Url: <https://pemj.org/journal/view.php?number=126> · Titel: Severe lupin bean intoxication: an anticholinergic toxidrome
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/247771918_Bitter_lupine_beans_ingestion_in_a_child_a_disregarded_cause_of_acute_anticholinergic_toxicity · Titel: (PDF) Bitter lupine beans ingestion in a child: a disregarded cause of...
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Lupinus%20luteus> · Titel: LOTUS — Lupinus luteus
- Typ: web · Url: <https://phytochem.nal.usda.gov/ethnobotanical-plant-lupinus-luteus> · Titel: Ethnobotanical Plant Lupinusluteus | Dr. Duke's Phytochemical and...
- Typ: web · Url: <https://gardenish.co/plants/lupinus-luteus/> · Titel: Yellow Lupin (Lupinusluteus) | Gardenish Plant... | Gardenish
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Lupinen> · Titel: Lupinen- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://austria-forum.org/af/Wissenssammlungen/Essays/Volksmedizin/Traditionelle_Europäische_Medizin · Titel: Traditionelle Europäische Medizin | Volksmedizin
- Typ: web · Url: <https://gardenish.co/plants/lupinus-luteus/> · Titel: Yellow Lupin (Lupinusluteus) | Gardenish Plant... | Gardenish